



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

RetNemt kotelet i fad

Det skal du bruge

- 400 g kartofler
- 2 stk koteletter
- 125 g champignoner
- 2 stk forårsløg
- 1 tsk paprika, røget
- 1½ dl piskefløde
- ½ dåse hakkede tomater

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen og varm op til 220°C (Varmluft).
- 2 Skyl kartoflerne, læg dem på en bradepande med bagepapir og vend med lidt olie og salt. Sæt dem i ovnen i ca. 20 min. til de er møre.
- 3 Rens champignon og forårsløg og skær i skiver.
- 4 Varm en pande med lidt olie op til høj varme og brun koteletterne af. Læg dem på en tallerken, men vask ikke panden.
- 5 Steg champignon og forårsløg på samme pande 1-2 min. ved medium varme. Tilsæt paprika, tomat og fløde samt lidt salt og peber og rør rundt. Kom koteletterne tilbage på panden og stil den i ovnen i ca. 10 min. **TIP:** Hvis din pande ikke kan tåle at komme i ovnen, så kom det i et ovnfast fad.
- 6 Servér små bagte kartofler med koteletter i fad.

Allergener

Laktose, Mælk

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.250 kJ / 777 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	50,8 g
heraf mættede fedtsyrer	26,1 g
Kulhydrat	41,8 g
heraf sukkerarter	8,8 g
Protein	38,0 g
Salt	0,6 g
Kostfibre	6,0 g